Le masque est à la fois un complément et un supplément à la routine beauté quotidienne: un complément permettant de mettre l'accent sur un objectif particulier (par exemple, donner de l'éclat au visage avant une soirée), et un supplément ajoutant un bénéfice aux soins habituels (par exemple, fournir une dose supplémentaire d'hydratation après une journée de ski).

Peut-on utiliser différents masques?

Marie-France Legault, directrice de la clinique Rewind, répond par l'affirmative: «On peut utiliser deux masques en même temps ou en alternance. Il n'est pas rare d'avoir la peau grasse sur l'axe facial et la peau déshydratée sur le reste du visage. On peut donc utiliser un masque hydratant pour lui donner plus de volume, et un masque matifiant sur la zone T. On peut aussi alterner: mettre un masque hydratant une semaine et appliquer un masque purifiant la semaine suivante.»

Les effets

«L'action est généralement immédiate et fait office de "soin concentré". La durée de l'effet d'un masque est plutôt courte, c'est-à-dire de deux à trois jours. On l'utilise une ou deux fois par semaine», nous dit Marie-France Legault.

QUAND LES UTILISER?

Appliquer un masque peut être une occasion de se détendre et de se faire plaisir. En solo ou entre amies, on se fait une petite séance de spa maison pour partager nos secrets beauté... et quelques éclats de rire! Il est toutefois important de bien lire la notice à l'intérieur de l'emballage. On peut se faire un masque...

▸ **... une ou deux fois par semaine:**

Le Masque hydratation – Skin Destress *(29 $ pour 75 ml)*, **de Lise Watier, possède des vertus émollientes grâce à la glycérine et au lipopeptide Calmosensine®.**

▸ **... en cure ou en traitement:**

Le Masque à l'argile, de Marcelle *(14,25 $ pour 100 ml)*, **nettoie efficacement et il peut s'utiliser en traitement quotidien si on a des éruptions cutanées.**

▸ **... en voyage:**

La marque Personnelle, offerte chez Jean Coutu, propose plusieurs masques vendus à l'unité, dont le Masque de boue à la lavande, relaxant après une journée stressante, et le Masque d'argile chauffant, pour bien nettoyer sa peau. *(1,79 $ pour une enveloppe)*

▸ **... à l'occasion:**

Le masque Soir de fête, d'Ella Baché *(42 $ pour 50 ml)*, **à base d'eau de camomille, de kaolin et d'extraits de lupin, donne un éclat sans pareil. Il s'applique avant une soirée spéciale... et le lendemain aussi!**

Optimiser l'effet d'un masque: mode d'emploi en 7 étapes

On se réserve une plage horaire de 30 à 45 minutes, on aménage un espace de relaxation (fauteuil, lit, bain...), on tamise les lumières et on fait jouer une musique douce. Ensuite, on suit ces conseils:

1. Démaquiller sa peau en profondeur avec un produit adapté à son type de peau (lingettes, lait, mousse...). Ne pas oublier le cou et le décolleté.

2. Rincer abondamment à l'eau tiède et sécher délicatement la peau.

3. Exfolier l'épiderme à l'aide un gommage doux, ce qui débarrasse la peau des cellules mortes, ouvre les pores et stimule le renouvellement cellulaire.

4. Rincer le visage puis y appliquer une débarbouillette d'eau chaude, sur laquelle ont été mises une ou deux gouttes d'huile essentielle à la lavande. La chaleur favorise l'ouverture des pores, ce qui permet une meilleure pénétration du produit.

5. Appliquer le masque selon les indications inscrites sur l'emballage. Ne pas oublier le cou, le décolleté ni même le dessus des mains!

6. S'allonger et respecter le temps de pause (de 5 à 15 minutes). L'immobilité et le relâchement des tensions sont essentiels pour que le masque agisse en profondeur.

7. Rincer le masque abondamment. Si l'eau du robinet contient trop de calcaire, lui préférer une eau thermale. Appliquer une lotion tonique, puis une crème de jour ou de soir.

NIVEA 100 ANS SOINS DE LA PEAU POUR LA VIE

ET AUX PETITS SOINS POUR VOS LÈVRES

LE BAUME ESSENTIEL

- Hydratation intensive et de longue durée
- Protège efficacement vos lèvres contre l'assèchement, beau temps, mauvais temps

www.NIVEA.ca BDF Beiersdorf

Une question de prix

Le prix d'un masque vous semble élevé? Caroline Lizotte, formatrice pour Ella Baché au Québec, précise: «Généralement, on utilise de 10 à 15 ml de produit par soin.» Il faut donc faire le calcul pour savoir combien de temps durera le produit qu'on compte acheter, selon le nombre de millilitres qu'il contient!

Manque de temps?

On opte alors pour les formules *peel off,* qu'on laisse sécher et qu'on retire facilement, comme le Peel & Reveal, d'Elizabeth Arden *(43 $ pour 50 ml)*. Composé d'hydroxydes de carbone, il procure une peau satinée et régénérée!

Quelques suggestions

MULTIFONCTION

Masque apaisant et hydratant, d'Avène *(33,50 $ pour 50 ml)*

À base d'eau thermale, il hydrate et nourrit en profondeur. En soin instantané, il apaise les coups de soleil, les rougeurs et les tiraillements cutanés. Pour une cure d'hydratation ou une cure «cicatrisante», on l'utilise tous les jours pendant une semaine.

BIOLOGIQUE

HORMETA
Masque hydratant aux jus de fruits et légumes
HORMEMASQU
Moisturizing beauty mask with fruit & vegetable juice
50ml NET WT. 1.5 oz

Masque hydratant Hormemasque, d'Hormeta *(38 $ pour 50 ml)*

Grâce à ses jus de carotte et de tomate bios, il regonfle les cellules déshydratées et revitalise la peau.

TONIFIANT ET APAISANT

Masque apaisant 99,5 % naturel, de Lotus Aroma *(13 $ pour 100 ml)*

Ce masque à l'argile verte et à la vitamine E est idéal pour les peaux normales et grasses.